

Oddział: Pasłek		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2024-05-16</b>		
<b>Dieta: PASŁĘK - 1 PODSTAWOWA</b>		
Ryż na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ), Bułka grahamka 70 g ( <b>GLU</b> ), Chleb razowy 30 g ( <b>GLU</b> ), masło 15g 1 szt ( <b>MLE</b> ), surówka z kapusty pekińskiej z papryką 100 g, Pasta z jajka z koperkiem 50 g ( <b>JAJ, MLE</b> ), Kielbasa krakowska 30 g ( <b>GLU</b> ), kawa z ml. 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ),	Krupnik jęczmienny 400 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), gulasz wp-warzywny 250g ( <b>GLU, SEL, GOR</b> ), Sałatka z buraczków z natką pietruszki 150 g, Kopytka ziemniaczane 150 g, kompot truskawkowy z/c 250 ml, kiwi 1 szt,	Chleb razowy 100 g ( <b>GLU</b> ), Masło 15 g 1 szt ( <b>MLE</b> ), ser żółty 60 g ( <b>MLE</b> ), dzem 1 szt, Sałatka w iosenna 80 g, herbata z cukrem 250 ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2247.34 kcal; Białko ogółem: 85.19 g; Tłuszcz: 58.08 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 25.20 g; Cholesterol: 497.83 mg; Węglowodany ogółem: 281.89 g; Cukry proste: 34.55 g; Sód: 877.59 mg; Błonnik pokarmowy: 32.61 g;		
<b>czwartek 2024-05-16</b>		
<b>Dieta: PASŁĘK - 2 ŁATWOSTRAWNA</b>		
Ryż na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ), chleb baltonow ski 100 g ( <b>GLU</b> ), masło 15g 1 szt ( <b>MLE</b> ), pasta z jajka z koperkiem 50 g ( <b>JAJ, MLE</b> ), Kielbasa krakowska 30 g ( <b>GLU</b> ), Jabłko gotowane 150 g, kawa z ml. 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ),	Krupnik jęczmienny 400 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), pieczeń rzymska z pieca 90 g ( <b>GLU, JAJ</b> ), Sałatka z buraczków z natką pietruszki 150 g, Ziemniaki 150 g, Sos jarzy nowy 100 ml ( <b>GLU, SEL</b> ), kompot truskawkowy z/c 250 ml, kiwi 1 szt,	chleb baltonowski 100 g ( <b>GLU</b> ), Masło 15 g 1 szt ( <b>MLE</b> ), ser żółty 60 g ( <b>MLE</b> ), dzem 1 szt, Pomidor bez skóry 80 g, herbata z cukrem 250 ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2131.05 kcal; Białko ogółem: 87.70 g; Tłuszcz: 46.96 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 23.02 g; Cholesterol: 561.53 mg; Węglowodany ogółem: 299.11 g; Cukry proste: 37.50 g; Sód: 1264.41 mg; Błonnik pokarmowy: 32.76 g;		
<b>czwartek 2024-05-16</b>		
<b>Dieta: PASŁĘK - 3 NISKOTŁUSZCZOWA</b>		
Ryż na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ), chleb baltonow ski 100 g ( <b>GLU</b> ), Masło 10g 1 szt ( <b>MLE</b> ), pasta z białka z koperkiem 50 g ( <b>JAJ</b> ), Szynka gotowana 30 g ( <b>SOJ</b> ), Jabłko gotowane 150 g, Kawa z mlekiem 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ),	Krupnik jęczmienny 400 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), pieczeń rzymska z pieca 90 g ( <b>GLU, JAJ</b> ), Sałatka z buraczków z natką pietruszki 150 g, Ziemniaki 150 g, Sos jarzy nowy 100 ml ( <b>GLU, SEL</b> ), Kompot truskawkowy 250 ml, Jogurt owocowy 100g 1 szt ( <b>MLE</b> ),	chleb baltonow ski 100 g ( <b>GLU</b> ), Masło 10g 1 szt ( <b>MLE</b> ), polędwica sopočka 60 g ( <b>GLU</b> ), Dzem 1 szt, Pomidor bez skóry 80 g, herbata z cukrem 250 ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2134.18 kcal; Białko ogółem: 96.63 g; Tłuszcz: 38.78 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 11.65 g; Cholesterol: 196.56 mg; Węglowodany ogółem: 278.58 g; Cukry proste: 40.28 g; Sód: 1388.49 mg; Błonnik pokarmowy: 30.36 g;		
<b>czwartek 2024-05-16</b>		
<b>Dieta: PASŁĘK - 4 ŁATWOSTRAWNA MIELONA</b>		
Ryż na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU</b> ), masło 15g 1 szt ( <b>MLE</b> ), Pasta z jajka z koperkiem 50 g ( <b>JAJ, MLE</b> ), Szynka gotowana 30 g ( <b>SOJ</b> ), Jabłko gotowane 150 g, kawa z ml. 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ),	Krupnik jęczmienny 400 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), pieczeń rzymska z pieca 90 g ( <b>GLU, JAJ</b> ), Sałatka z buraczków z natką pietruszki 150 g, Ziemniaki 150 g, Sos jarzy nowy 100 ml ( <b>GLU, SEL</b> ), Kompot truskawkowy 250 ml, Jogurt owocowy 100g 1 szt ( <b>MLE</b> ),	chleb pszenny 100 g ( <b>GLU</b> ), Masło 15 g 1 szt ( <b>MLE</b> ), Polędwica sopočka 60 g ( <b>GLU</b> ), Dzem 1 szt, Pomidor bez skóry 80 g, herbata z cukrem 250 ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2078.06 kcal; Białko ogółem: 85.40 g; Tłuszcz: 46.70 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 16.83 g; Cholesterol: 594.36 mg; Węglowodany ogółem: 264.82 g; Cukry proste: 35.83 g; Sód: 1262.93 mg; Błonnik pokarmowy: 33.11 g;		
<b>czwartek 2024-05-16</b>		
<b>Dieta: PASŁĘK - 6 CUKRZYCOWA</b>		
Ryż na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ), Bułka grahamka 70 g ( <b>GLU</b> ), Chleb razowy 30 g ( <b>GLU</b> ), masło 15g 1 szt ( <b>MLE</b> ), Pasta z jajka z koperkiem 50 g ( <b>JAJ, MLE</b> ), Kielbasa krakowska 30 g ( <b>GLU</b> ), surówka z kapusty pekińskiej z papryką 100 g, kawa z ml b/c 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ), <b>II Śniadanie:</b> kefir 200g 1 szt ( <b>MLE</b> ),	Krupnik jęczmienny 400 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), pieczeń rzymska z pieca 90 g ( <b>GLU, JAJ</b> ), Sałatka z buraczków z natką pietruszki 150 g, Ziemniaki 150 g, Sos jarzy nowy 100 ml ( <b>GLU, SEL</b> ), kompot truskawkowy b/c 250 ml, <b>Podwieczorek:</b> kisiel z czarnej porzeczki b/c 200 g,	Chleb razowy 100 g ( <b>GLU</b> ), Masło 15 g 1 szt ( <b>MLE</b> ), ser żółty 60 g ( <b>MLE</b> ), Polędwica sopočka 30 g ( <b>GLU</b> ), Sałatka w iosenna 80 g, herbata b/c 250 ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2135.59 kcal; Białko ogółem: 90.11 g; Tłuszcz: 54.65 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 25.15 g; Cholesterol: 516.73 mg; Węglowodany ogółem: 242.68 g; Cukry proste: 15.97 g; Sód: 1102.67 mg; Błonnik pokarmowy: 32.58 g;		
<b>czwartek 2024-05-16</b>		
<b>Dieta: PASŁĘK - 14 PŁYNNĄ WZBOGAĆONĄ</b>		
Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), <b>II Śniadanie:</b> Suchary na mleku z masłem /zmiksowane/ 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ),	Ziemniaczanka na łożatce /z miksowana/ 500 g ( <b>MLE, SEL</b> ), <b>Podwieczorek:</b> Kisiel z czarnej porzeczki /zmiksowany/ 200 g,	Ryż z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowany/ 500 ml ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2184.25 kcal; Białko ogółem: 70.30 g; Tłuszcz: 77.02 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 24.49 g; Cholesterol: 309.20 mg; Węglowodany ogółem: 241.28 g; Cukry proste: 18.50 g; Sód: 1007.90 mg; Błonnik pokarmowy: 11.67 g;		